



# 简历制作指导

人力资源部

# 目 录

01 简历版本

02 简历要素分析

03 如何弥补劣势

# 世界500强怎么看简历

- 花旗中国区人事部门招聘经理：求职者首先需要**换位思考**。希望看到简历：（1）感觉很舒服；（2）求职目标明确；（3）一页纸的简历。
- 英特尔中国区招聘经理陈女士：中英文对照或全英文书写。希望看到简历：（1）清晰明了；（2）主要工作经历与申请职位相关；（3）英语能力；（4）负责任、诚实的简历。
- 贝塔斯曼集团HR总监吉先生：**不太喜欢美化简历的人**，花哨不被看好，降低信任度；简历或许应该反应他该做的，而不是他该做的。
- .....

——摘自《世界500强企业面试实录与面试题全案》

The background of the slide is a light pink color with a decorative pattern of white hearts and snowflakes. There are also some larger, stylized floral elements in shades of pink and purple. The overall aesthetic is soft and romantic.

# 01 简历版式

# 篇幅

- 简历的篇幅最好控制在一页纸以内；
- 如果你的简历实在无法精简至一页内，那么（1）务必将最相关、最能体现你优势的信息放在第一页。（2）务必保证将第二页充满2/3以上；
- 可以适当用粗体进行突出强调，但也不易使用过多粗体。

# 内容排版

- 在描述工作实习经历、社会实践经历等具体内容时，  
最好使用项目符号来对齐；
- 注意使用统一的项目符号。
- 虽然说简历以一页为最佳，但切记不要将简历内容安排得太满太密，让简历看上去密密麻麻；
- 适当设置页边距留白，这样能让HR在浏览简历时眼睛舒服一些，不至于太吃力。

# 字体字号

- 简历正文部分一般采用宋体；
- 尽量避免在一份简历中使用多种字体，少用斜体和下划线；
- 中文简历上的姓名一般用大号字，通常为二号字；
- 教育背景、工作或实习经历等每项要素的标题可以用五号黑体字来强调；
- 正文通常用五号字；
- 简历写完后检查所有简历要素字体是否协调一致。

The background of the slide is a light pink color with a decorative pattern of white hearts and small white flowers scattered across it. There are also larger, stylized white flowers and hearts on the left and right sides. The overall aesthetic is soft and romantic.

## 02 简历要素分析



# 个人信息

- **必有信息：**姓名、联系方式（手机、固定电话、E-mail、邮寄地址）、含金量高的必有信息
- 可选信息：性别、年龄、政治面貌、籍贯、民族、照片等
- 一般国企、事业单位倾向于要求个人信息全面，如：性别、年龄、籍贯、政治面貌、民族等，而外企则很忌讳被冠以“性别歧视”、“民族歧视”、“地域歧视”等标签
- 地址由大到小

# 个人信息

- Email地址要显得专业、成熟、职业化，不要使用看上去很“傻”如happyboy、littlegirl等不专业的用户名
- 照片要采用标准的简历照，不要随意用大头照或生活照
- 简历页眉上不要加上“个人简历”、“我的简历”等字样，这如同在脑门上印刻“我是人”的字样来证明自己是人

# 个人信息

## 【实例1】

---

张志强

武汉市华中科技大学韵苑学生公寓××栋××室 430074  
(86) 134-7609-7138

政治面貌：中共党员

出生年月：1988年5月

毕业时间：2010年6月

籍贯：湖北省武汉市



# 求职意向

- 其实大部分雇主希望在简历上看到明确的求职意向；
- 因此，建议应届生最好在简历中写明自己的求职意向，至少表明自己想从事哪一方面的工作；
- 如：软件开发工程师、服务支持、行政秘书、销售代表等。

# 教育背景

- **必有信息**：时间段、学校、学院或专业、学历等；
- **可选信息**：研究方向、主修课程、辅修课程、研究项目、成绩排名、活动等；
- 教育背景一般按照时间逆序的写法来写，**可以写上以前高中阶段获得的特别的奖励或与与众不同的经历，如全国数学竞赛一等奖之类的**；
- 对于部分有在国外做交换生或者在国外做过项目研究经历的同学来说，**建议在教育背景中写出来。**

# 教育背景

## 【实例2】

---

### 教育背景

- 2007.09-2010.06      华中科技大学 管理科学与工程 硕士  
期间作为交换生在法国里昂大学学习中法MBA  
及中法PHD的英文课程
- 2003.09-2007.06      华中科技大学 信息管理与信息系统 本科
-

# 教育背景

- 一般来说如果专业符合应聘职位要求，可以不列课程，如果要列只列三四门与职位相关的主干课程。
- 如果你的加权不是很高，而某些与应聘职位相关的学科分数还不错，那么你可以强调这些学科的成绩。
- 如果排名比较靠前，可以用数字来表示学习成绩，如“专业前10%”
- 如果你所在的班级人数较少，那么你的排名就可能非常高，而加权则不一定，这时只写排名。

# 教育背景

## 【实例2】

### 教育背景

---

2006.09-2010.06 华中科技大学 信息管理与信息系统  
本科

专业排名第4/68

---

2007.09-2010.06 华中科技大学 英语专业(双学位) 本  
科

专业排名第5/65



# 实习经历

## 工作时间

- 置于行首：工作时间相对较长，例如在三四个月，甚至半年以上；
- 置于行尾：如果实习时间不是很长，例如一两个月内，但公司知名度或与应聘公司相关度比较高，要将行首位置用来强调公司，这种情况下建议将时间段置于行尾。

# 实习经历

## 公司简介

对于招聘公司HR不太熟悉的某些行业的公司、新公司或者小公司，可以适当地用一句话简要介绍。

# 实习经历

## 1、“PAR”法则

以某同学在应届生求职网实习经历为例：

- 问题、背景（**Problem, P**）：负责网站与目标高效、企业的合作推广计划的实施；
- 行动（**Action, A**）：采用电话访谈方式对**400**家高校就业网调研，与就业办老师进行沟通，联系合作事宜；对**700**多家企业进行校园招聘调研，撰写调研报告，完善网站服务项目；
- 结果、成就（**Result, R**）：与**200**多所目标高校就业办老师保持沟通，与**625**家目标企业达成合作意向，撰写**5000**字的企业调研报告。

# 实习经历

## 【实例3】

### 实习经历

---

2008.03-2008.09 应届生求职网 市场部 市场推广专员 上海

- 负责网站与目标高校、企业的合作推广计划的实施；
- 对全国约400家重点高校就业网进行调研，确定200多所目标院系就业办老师名单，并负责与这200多所目标院校就业处老师联系沟通及访谈，保持2-3次后续跟踪，完善网站制订的高校合作计划文案；
- 通过电话访谈方式对700对家企业进行招聘规模、渠道及目标生源等校园招聘需求调研，撰写长达5000字的调研报告，并根据调查结果对企业有针对性地推介网站服务项目，最终与近625家目标企业达成合作意向。

# 实习经历

## 2、用数字说话

- “钱”：为公司节省了多少成本，提高了多少收入，或者你被授权支配了多少预算等等；
- “时间”：主要指你如何想方设法在很短的时间内取得很大的成绩，以体现你的高效率；
- “数量”：数量往往能从规模方面突出你的效率和能力。

# 实习经历

## 3、用专业术语表达

- 有的同学会比较困惑于实习或者兼职所做的工作零星琐碎，层级较低，在简历中不会使用恰当的词句描述；实际上，同一件事情，用不同的表达方式会产生不同的效果；
- 可以在真实的基础上，将相关经历中的名词和动词用专业化的术语来表示，要善于利用动词，主要是指善用一些比较强势的动词突出自己的成就，比如“负责、发起、独创、独立负责”等，这些动词比“参与组织”等词语更能体现个人的贡献和成就。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/166151201020010235>